

季節のとおき

＜P2～3＞中村くらしを見直す会「直送四万十野菜セット」、
井上正雄さん、わたなべ農園、山楽、夢産地とさやま開発公社、
かざぐるま、島岡さん、井上正弘さん、井上清澄さん

＜P4～5＞4月の新共同購入品

＜P6～9＞高知のいいもの

「dog's life×cat's life 愛犬愛猫用フード」

「あおぞら蒼空舎 自然素材の入浴剤」、「藤本さん 乾しいたけ」、「無手無冠 純米生原酒」、

「司牡丹酒造 永田農法純米酒」、「恵葉 スペシャルケーキ」、「自然食品の店大地のクッキー」、

「風車の丘あけぼの チップス&クラッカー」、「土といのち40周年記念誌」

「土佐蒲鉾 はも入り蒲鉾etc」、「宇佐もん工房 一本釣りうるめいわし」

＜P10＞アースデイ特集！ 八坂石鯨セール

＜P11＞自然素材の防虫剤

＜P12＞4月の特別企画



特定非営利活動法人(NPO法人) 土といのち

〒780-8040 高知市神田2287-6

TEL : 088-832-1752 / 088-832-1109

FAX専用: 088-803-6120

4

2019

E-mail: k-tuchi@sunny.ocn.ne.jp

ホームページ: <http://tuchitoinochi.justhpb.jp/>

ブログ: <https://blog.goo.ne.jp/tuchitoinochi>

フェイスブック: <https://www.facebook.com/tuchitoinochi?ref=ts&fref=ts>

	日	月	火	水	木	金	土
①回目 配送	3/31	1	2	3	4	5 ● 新月	6
②回目 配送	7	8	9	10	11	12	13 D 上弦
③回目 配送 予約米配送	14 4月の行事 はり灸から見た 環境。からだ。 こころ	15	16	17	18	19 ○ 満月	20
④回目 配送	21	22	23	24	25	26	27 C 下弦

★ドッグフードのdog's life
から愛猫にも与えられるライ
ンナップcat's lifeが新登
場！

高知県産天然オーガニック素
材で丁寧に手づくり。どれも
栄養価が高く、高品質たん
白・低カロリーです。

★今月のセールはよつ葉乳業
2%引き！ぜひこの機会にお
試しください！

★5月①回目の週は事務所・
配送ともお休みの予定です。

※宅配会員さんには4/15(月)に5月の注文書を発送予定です。

※農産物は天候に左右されるため、お届けが遅れたり欠品になったりする可能性があります。ご了承ください。

また、ご注文いただいた野菜が欠品でも、他の生産者の同じ野菜であれば出荷できる場合があります。

代替のものでも配送をご希望の方は注文書P1下記に☑をお願いします。

※ただし容量・価格は生産者によって変わります。



野菜セット（高知県内）

品 名		容量	会員価格	①	②	③	④	備考	表示
中村くらしを見直す会 (四万十市)	直送 四万十野菜セット	1セット	1,329円+送料(常温便・高知県内490円) クール便で発送する場合があります。					新玉ねぎ、スナックエンドウ、菜花、人参、白葱、ほうれん草、サニーレタス、大根、小松菜 etc.などの中から8種類程度	無・無

四万十野菜セットを注文していただくにあたっての注意

◎お届け日：火曜または木曜日にお届けします。いずれかをお選びください。

時間の指定が出来ますので、注文書にご記入ください。

野菜単品（高知県内）

井上正雄 (南国市)	はぶ茶	130g	350					独特の香ばしさが美味しいお茶。茎入りなので、香り、味がよい。沸騰した湯に入れて軽く煮出してください。	有機JAS
	サニーレタス	1個	187					品種：レッドファイヤー	
	レタス	1個	237					品種：シスコ	
	キャベツ	1個	258					品種：春波、あや光	
	たまねぎ B品	1kg	258					とう立ち、分球しているものなどが入ります。 品種：スーパーアップ	
	にんにく	2〜3玉	361					品種：自家種	
	絹さや	50g	206						
	小松菜	150g	206					品種：ななみ	
	ほうれん草	150g	217					品種：弁天丸	
	にら	100g	181						
	えんどう豆（さや付き）	500g	516					品種：ウスイ	
	人参	300g	206					品種：向陽	
	パセリ	40g	194						
わたなべ農園 (香美市)	さつま芋	400g	258					品種：安納芋	無・無
	人参	300g	206					品種：ひとみ・ちはま・アロマレッド・ベにもり	
	囲い生姜	150g	267					品種：自家種（土佐一）	
	囲い生姜（お徳用）傷あり／細め	300g	427						
	新玉ねぎ（葉付き）	2〜3本	258					品種：七宝早生	

表内[表示]の内容 「有機JAS」: 有機JAS規格の認証を得ているもの(極力使用は避けるが、許可された農薬を使用した場合は表示する)。

「無・無」: 栽培期間中農薬、化学肥料完全不使用のもの。もしくは有機JAS規格認定農薬を使用したもの(極力使用は避けるが、使用した場合は表示する)。

「減」: 慣行農法に比べての減少率4割以上。使用農薬および回数表示。ネオニコチノイド系農薬は一切不使用。

その他の農薬については、採用基準＜農薬・化学肥料の使用基準＞に準じる。

野菜単品（高知県内）

品名		容量	会員価格	①	②	③	④	備考	表示
夢産地とさや ま開発公社 （高知市）	生姜	100g	223					複数の生産者からの出荷のため、品種は選べません。	無・無
	のらぼう菜	200g	167						
	ねぎ	100g	139						
山楽 （土佐町）	野菜たっぷり乾燥みそ汁の具	約10g （4～5杯分）	387					自家製のダイコン、ニンジン、原木シイタケ、ネギ、タマネギの乾燥野菜が入った味噌汁の具。鍋に具材を入れて煮るだけ簡単。	

野菜単品（県内）

かざくるま （高知市）	茹でふき	200g	194					ゆでて筋も取ってあるので、すぐに調理できて便利です。	無・無
	ゆで筍	1/2～1個	103円／ 100g					茹でたけのこは春野町西分の掘りたての筍をすぐに、ぬかなどは何も使わずそのままゆがいたものです。薊野トマト、十賀野のイチゴ、弘岡カブ、秋山ダイコンなどにならんで、西分タケノコは昔から有名です。	
	サニーレタス	80g	129						
島岡さん （四万十町）	ニラ	100g	170					「平和ニラ」と名付け、売り上げの一部を平和運動のために役立てているそうです。	

果物

井上正弘 （土佐市）	徳用文旦	2kg	516					皮が黒っぽくなったり、傷がありますが、食味には問題ありません。	有機JAS ※ハルベストオイルを各100ポンド1回／年ずつ使用しなくても有機
	徳用ネーブル	2kg	516					酸味甘味のバランスが良い。ネーブルとは“へそ”の意味だそうです。	
	小夏	1.2kg	548					黄色い表皮だけをリンゴの皮をむくように薄くむき、内側の白い部を付けたままの果肉をそくように切り分けます。	
	甘夏	1.7kg	548					さっぱりした味が魅力です。	
	グレープフルーツ	1.7kg	548					酸味が強めのさっぱりとした味。横半分に分けて、蜂蜜などを垂らして食べるのもおすすめです。	
井上清澄 （土佐市）	文旦	1.7kg	774					高知の代表的な柑橘、文旦も、今月で終わりです。	無・無
	福原オレンジ	1.7kg	774					果肉は柔軟多汁でオレンジ特有の香気を有し、甘味が強いのが特徴です。	
	セミノール	1.7kg	774					果汁が多く、甘みが強くて、とてもむきやすい、爽やかな味。	

4月の新共同購入品

「オーガニックスイートチリソース」 ミトク

有機にんにくや赤唐辛子を使った有機JAS認証付きのスイートチリソースです。生春巻きやから揚げなどにディップしたり、サラダのドレッシング、炒め物のソースにしたりと幅広い料理に大活躍！これからの暑い季節にもぴったりです！ぜひお試しください♪



「オーサワのコチュジャン」 オーサワジャパン

2種類のみそをバランスよく配合し、唐辛子を混ぜ合わせた、辛み・甘み・旨みが一度に味わえる万能調味料です。韓国料理はもちろん、煮物や炒め物の隠し味にしたり、温かいご飯や生野菜、餃子につけたりと使い方は無限大！ぜひお試しください♪



「オーサワの有機クコの実」 オーサワジャパン

有機認定のクコの実ができました。粒が大きめで肉厚です。お菓子作りのほか、炒め物や鍋など幅広くご利用ください。オイルコーティングなし



「天日干したくあん」 オーサワジャパン

天日干し大根を氷温熟成し、大根の自然の甘みを引き出した昔ながらの素朴な味わいです。玄米にとっても良く合い、食べたら止まらない美味しいたくあんです。



「木次ミルクのプリン」 木次乳業

ミルクの濃厚なコクと甘みが味わえるプリンです。しっかりとした口当たりながら、口どけの良い、もちりなめらかな食感。



品 名	容量	会員価格	①	②	③	④	セット内容・原材料
オーガニックスイートチリソース	240g	509					有機砂糖(タイ産)、有機りんご酢、食塩(タイ産)、有機にんにく・乾燥赤とうがらし(タイ産)、コーンスターチ/酸味料(クエン酸)、増粘剤(キサンタンガム)
オーサワのコチジャン	85g	467					麦芽水飴、味噌、有機甘酒、唐辛子(韓国産)、りんご酢
オーサワのクコの実	40g	501					有機クコの実(中国産)
天日干したくあん	100g	392					干し大根(宮崎産)、漬け原材料【米糠(国内産)、食塩[天日塩(オーストラリア産)]、有機白梅酢(和歌山産)】
木次ミルクのプリン	80g	139					生乳(島根県)、砂糖、乳製品、ゼラチン

4月の新共同購入品

「干ぜんまい」 下郷農協

下郷農協の地元耶馬溪の山林でとれたぜんまいを乾燥しています。



「みとり豆」 下郷農協

「みとり」の語源はさやを食べずに実をとったところから来ているという説があります。粒の大きさはあずきくらい、色は黒紫色と赤色の2種類があり、「黒みとり」や「赤みとり」とも呼ばれています。小豆よりも皮が固く、炊いても煮崩れることがなくふっくらと仕上がり、ごはんにきれいな紫色が付きます。
農薬・化学肥料不使用

「酸素系カビ取り剤」石けん百貨

水と混ぜるだけの簡単ステップで、らくらくカビ取りができます。
1回分使い切りの分包タイプ。



便利な使い方を解説したレシピ付きです

■体や環境にやさしい

次亜塩素酸を使用していないので、塩素系のようなツーンとくるニオイや、目や喉への刺激がありません。環境にも負荷をかけにくい、新発想のカビ取り剤です。

■作りたてだから効果抜群

使う直前に、水と混ぜ合わせて作ります。作りたてなのでパワーは抜群！酸化パワーの低下していない、カビ取り効果がとても高い状態でお使いいただけます。

■垂れにくいペースト状

出来上がったカビ取り剤はペースト状。垂直面のタイル目地やコーキングなどにもペタリと塗りつけることができ、垂れずに留まってくれます。

○使用方法

カビ取り剤一包に水30mlを加え、よく混ぜたらカビ取りペーストのできあがり。水周りの黒カビや汚れに塗って1～2時間放置したのち、水で洗い流せばOKです。過炭酸ナトリウムの酸化パワーが働き、黒カビや汚れをスパッと分解・漂白します。混ぜる容器やゴムベラなどは別途ご用意ください。

「入れ歯洗浄剤」 石けん百貨

界面活性剤や色素、増粘剤や結着剤などの添加物を一切使わない、過炭酸ナトリウム主体のシンプルな入れ歯洗浄剤です。入れ歯に付着した汚れやおいをしっかり落とします。成分がシンプルなのですすぎも簡単。いつまでもヌル付いた感じがなく、気持ち良い洗いあがりです。歯列矯正器具、リテーナー、マウスピースなどの洗浄にもお使いいただけます。※一部の部分入れ歯には使用できません。



品 名	容量	会員価格	①	②	③	④	セット内容・原材料
干ぜんまい	50g	1,201	②④回目掲載 ③5月2回目 配送				ぜんまい（大分県耶馬溪産）
みとり豆	300g	721					みとり豆（大分県耶馬溪産）
酸素系カビ取り剤	60g×5	609					過炭酸ナトリウム、酸化カルシウム、珪藻土、炭酸水素ナトリウム、珪酸ナトリウム、メタ珪酸ナトリウム
入れ歯洗浄剤	160g（約53回分）	508					過炭酸ナトリウム、クエン酸、炭酸水素ナトリウム



高知のいもいろいろ！

dog's life  × cat's life 

dog's life × cat's life

高知県産天然オーガニック素材で丁寧に手づくり。どれも栄養価が高く、高品質たん白・低カロリー。犬・猫の身体に負担がかかる着色料、保存料、酸化防止剤などの添加物は一切使わず、人の食事と同じ材料を使っています。

犬・猫OK



品 名		容量	会員価格	①	②	③	④	備 考
トッピングとして	鹿肉ふりかけ	30g	615					高品質タンパク質で低カロリー。ビタミン、ミネラル、酵素が豊富です。 原材料：天然鹿肉(高知県産)100%、麹菌(高知県)、米ぬか乳酸菌(高知県)
	宗田節ふわふわ削り	15g	269					新鮮なメチカ(宗田鯉)を使って造られる「宗田節」をうす削りにしました。 原材料：宗田節(高知県土佐清水市)
	宗田節ふりかけ	30g	211					肝機能を高めるタウリンは鯉節の3倍です。普段の食事にふりかけてお使いください。 原材料：宗田節(高知県土佐清水市)
おやつ & 食事に	きびなごの煮干し	50g	250					きびなごは、ビタミンB12、ビタミンD、ナイアシン、カルシウム、たんぱく質、ビタミンB6を多く含んでいます。カルシウム補給に最適です。原材料：きびなご(高知県宿毛市)
	宗田節チップス	30g	404					新鮮なメチカ(宗田鯉)を使って造られる「宗田節」を厚切りチップにしました。 原材料：宗田節(高知県土佐清水市)
	スモークかつお	100g	519					新鮮なかつおを茹でてから軽く燻製にしました。とにかく香りが最高です！ 原材料：かつお(高知県)
	焼きかつお(スティック)	1本	288					やわらかいので手で簡単にほぐせます。原材料：宗田かつお(高知県)

犬用



おやつ & 食事に	鹿肉ジャーキー	30g	615					高品質の鹿肉を麹菌と乳酸菌を使用し、時間をかけて低温乾燥しました。 原材料：天然鹿肉(高知県産)100%、麹菌(高知県)、米ぬか乳酸菌(高知県)
	さめ燻製	30g	519					大人気高品質タンパク、低カロリー。普段の栄養補給に、また元気のない時にもとても良い食材！原材料：鮫(高知県)
	小うるめいわし	10本(40g)	519					10cm前後で食べやすく、中型犬以上におすすめです。 原材料：うるめ(高知県久礼)
	ぶり燻製	30g	519					からだに嬉しい、ぶり燻製。脳の働きを活性化するDHA、血液をサラサラにするEP 体内の酸化を防ぐオレイン酸、また鉄分を多く含みます。原材料：天然ぶり(高知県久礼)
	かつおジャーキー	30g	519					ヘルシー食材 かつお。かつおのタンパク質は100g中25.8gと、とても多く脂質は少ないため、健康的で、低カロリーな食材。原材料：かつお(高知県久礼)
おやつ	野菜クッキー	30g	308					高知県産の旬の新鮮な野菜をたっぷり使ったクッキーです。約1cm×2cmのプチサイズで、食感ほカリッ、ポリポリとほどよい堅さ。野菜の自然な甘みがおいしいです。 原材料：国産小麦(北海道)、野菜(にんじん・かぼちゃ・紫いものいいすれか・高知県)、鶏がらスープ、一番搾りなたね油(遺伝子組み換えでない)
	米粉クッキー	30g	308					高知県産の米粉とさつまいもで作りました。小麦粉にアレルギーのある犬にも安心して食べていただけます。 小型犬、シニア犬におすすめ。腸内善玉菌を増やすオリゴ糖を使っています。 原材料：嶺北の米粉(高知県)、さつまいもまたは紫芋(高知県)、一番搾りなたね油(遺伝子組み換えでない)、オリゴ糖
	おからクッキー(宗田節入り)	40g	308					栄養豊富な高知県産大豆のおからと無農薬の米ぬかで作ったクッキーです。宗田節もたっぷり入っていて、香ばしい香りが食欲を刺激します。 サイズは約1cm×1cmの小さなサイコロ形 原材料：国産大豆のおから(高知県)、嶺北の米粉(高知県)、国産小麦(北海道)、無農薬米ぬか(高知県)、宗田節(高知県)、一番搾りなたね油(遺伝子組み換えでない)、米ぬか乳酸菌(高知県)



高知のいろいろな！



あおぞら蒼空舎の自然素材の入浴剤

原木しいたけでもおなじみ、こうち福祉会が運営するあおぞら蒼空舎は、障害を持つ方の豊かな暮らしのために活動する福祉施設です。

寒い夜はゆっくりと湯船につかってリフレッシュしませんか？芯まで温まって、湯上り後もぼかぼかが続きます。高知県高知市春野の自然豊かな山里に自生するよもぎや、びわの葉、どくだみの葉を丁寧に処理しています。自然の癒しをお楽しみください。

※ご注意！入浴後は湯船のお湯を流して浴槽を洗ってください。ホーローの浴槽は着色する恐れがあります。

品 名	容量	会員価格	①	②	③	④	備 考
お試しセット	3P (各種1P)	230					よもぎ・びわの葉・どくだみの葉それぞれ（春野産・農薬不使用）
よもぎ湯	10P	679					よもぎ（春野産・農薬不使用）
びわ湯	10P	679					びわの葉（春野産・農薬不使用）ローションを作ったり、自然のお手当てにも使われるびわの葉はお肌にも良いと言われています。
どくだみ湯	10P	679					どくだみの葉（春野産・農薬不使用）

ご注文数によっては欠品となる可能性があります。

四万十の無農薬米100%使用 これぞ、地の酒造り！無手無冠です。 「無手無冠 純米生原酒」 無手無冠

四万十の清らかな大地で、環境にやさしい紙マルチ栽培と有機肥料で育てた農薬不使用米。この安心安全な米と米麹（こめこうじ）だけを原料に、丹念に手造りしたこだわりの純米生原酒です。生の酒は生き物です。ご購入後は「要冷蔵」で保管ください。



純米生原酒	4合 (720ml)	1,430					●原材料 米（ひのひかり）82%、 米こうじ（風鳴子）18% ●精米歩合 麴米（風鳴子）60%、 掛米（ひのひかり）70% ●アルコール度数 18.2度
-------	---------------	-------	--	--	--	--	--

骨太でキレの良い辛口 「永田農法純米酒」 司牡丹酒造

窪川の平和二らの生産者 島岡良有さん達が永田農法で作った雑味のない酒米と仁淀川の水、そして蔵人たちの技により実現した素晴らしい純米酒です。ぜひ一度ご賞味ください。お酒の味はスッキリ辛口。高知の肴によく合うように出来上がってます。



永田農法純米酒	4合 (720ml)	1,260					原料米は、永田農法による四万十町（旧窪川町地域）産の「山田錦」「吟の夢」「土佐錦」。 ●原材料 米、米麴 ●精米歩合 酒母・麴米 65%、掛米 70% ●アルコール度数 15度
---------	---------------	-------	--	--	--	--	---



高知のいもいろいろ！

恵菓のスペシャルケーキ『蒸し焼きガトーショコラ』『みかんクッキー』



普段は卵・乳製品無しのお菓子を作っている恵菓さんですが、今回は特別バージョン！
まるで生チョコレートを食べているような濃厚なガトーショコラと、爽やかな香りとサクサク感のみかんクッキーです。

品 名	容量	会員価格	①	②	③	④	備 考
蒸し焼きガトーショコラ	直径約5cmの丸型	396					厳選した卵・乳製品を丁寧に合わせ蒸し焼きで優しく焼き上げました。ガトーショコラと言ってもスフレのような柔らかくキメ細やかな食感。チョコレートの美味しさを存分に感じてもらえるように仕上げました。軽い食感でもチョコレート濃厚なので満足感は十分です。要冷蔵でのお届けです。冷蔵庫から出し常温にして戻してからお召し上がりください。生クリームや柚子など酸味のあるジャムを添えても合いますよ。 原材料名：卵（嶺北産）、粗製糖、有機チョコレート、よつ葉発酵バター、純生クリーム、有機ココアパウダー、薄力粉（香川県産）
みかんクッキー	約4cmの花型5枚	264					無農薬みかんの皮を天日干し後粉碎してクッキー生地練りに練りこみました。爽やかな香りとサクサク感、みかんは冬の果物なのに春な感じです。 材料：薄力粉・全粒粉（香川県産石臼挽き）、粗製糖、菜種油（国産圧搾法）、陳皮（愛媛県産・無農薬みかん皮）、天日塩

天然酵母パン&クッキー 自然食品の店 大地

土といのちのある高知市神田のすぐ近くにお店を構える「大地」さん。
農薬・化学肥料不使用のアレルギー対応食品を多数取り揃えています。
店主の知子さんの焼くクッキーは、材料にこだわっているのはもちろんのこと、サクサクと香ばしく味も抜群です。

バナナココナッツクッキー	6個	370	①回目掲載 ②回目配送	バナナ、ココナッツ、米粉、てんさい含蜜糖、オリーブ油、食塩、膨張剤（アルミニウム不使用）
農薬使用なし小麦のクッキー・しょうが	5個	264	③回目掲載 ④回目配送	小麦粉、全粒粉（農薬・化学肥料不使用・九州、高知産）、てんさい含蜜糖、国産なたね油、しょうが、天塩

風車の丘 あけぼの(社会福祉法人 土佐あけぼの会)のチップス&クラッカー

●土佐あけぼの会：利用者が仕事や地域活動を通して自立した就労生活ができるように支援していく障害福祉サービス事業所。クッキーでおなじみ野いちごの場所とも同じグループです。
地元の生産者の野菜をふんだんに使うなど、材料にこだわったチップス、クラッカー。素材の風味が生きているので、ついつい手が伸びます。

ニラチップス	30g	228	②回目掲載 ③回目配送	ニラの風味がよく効いたおつまみにピッタリのチップス。 原材料：国産じゃがいも、片栗粉（北海道）、ニラ（高知県香南市）、ごま油、種子島洗糖、塩
さつまいもチップス	30g	228		皮つきのさつまいもを使用した香ばしいチップス。 原材料：さつまいも（高知県）、片栗粉（北海道）、種子島洗糖、なたね油、塩
むらさきいもチップス	30g	228		アントシアニンたっぷりの濃い紫色。上品な甘さのチップス。 原材料：紫いも（高知県香南市）、片栗粉（北海道）、種子島洗糖、なたね油、塩
人参チップス	30g	228		人参嫌いのお子さんにもおいしく食べていただけるチップス。 原材料：人参（高知県）、片栗粉（北海道）、種子島洗糖、なたね油、塩
パリパリ玉ねぎとブラックペッパークラッカー	35g	228		焦がした玉ねぎの香ばしさとピリ辛ペッパーが効いたおとなの味。 原材料：小麦粉（オーストラリア）、全粒粉（岩手県）、なたね油、玉ねぎ（高知県）、ブラックペッパー、塩、ベーキングパウダー（アルミフリー）
パリパリおじゃこ梅しそクラッカー	35g	228		土佐沖のおじゃこを丸ごと砕いて練りこんだ和風味。 原材料：小麦粉（岩手県）、なたね油、しそ（高知県）、じゃこ（高知県）、梅（高知県）、塩、ベーキングパウダー（アルミフリー）
カリッとトマトとバジルクラッカー	35g	228		高知の濃い味トマトを生バジルとオリーブオイルで閉じ込めました。原材料：小麦粉（北海道）、トマト（高知県）、オリーブオイル、種子島洗糖、バジル（高知県）、ベーキングパウダー（アルミフリー）



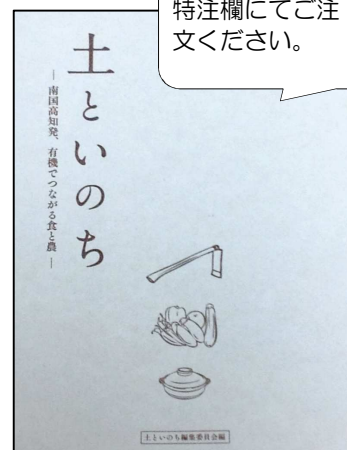
高知いろいろ！

40周年記念誌

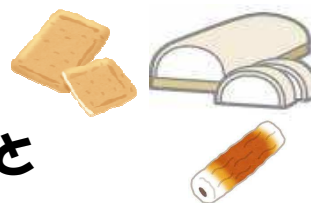
「土といのち ー南国高知発、有機でつながる食と農ー」

(土といのち編集委員会 編) 会員価格 **1,300円** (定価 税込**1,400円**)

南国・高知で、《有機》をキーワードに、食・農・環境を守りたい生産者と消費者が取り組んできた40年間の軌跡。土といのちでおなじみのユニークな生産者、バラエティ豊かな加工品・ショップなどの「いいもん」リスト、簡単料理レシピも紹介。この一冊で、高知のオーガニック事情が分かる便利なガイドブックです。



特注欄にてご注文ください。



土佐蒲鉾(高知市長浜) はも入り蒲鉾、角天、竹輪、なると

保水性や弾力性を向上させるために加える「リン酸塩」不使用の、「無リンすり身」を使った人気の練り物です。

品 名	容量	会員価格	①	②	③	④	原材料
とことん 鰹入り蒲鉾	100g	304					魚肉(はも、スケソウダラ、てんさい糖)、天日塩
とことん 鰹入り角天	50g×2枚	232					魚肉(はも、スケソウダラ、てんさい糖)、みりん、天日塩、菜種油
とことん 鰹入り竹輪	40g×3本	220					魚肉(スケソウダラ、はも、てんさい糖)、天日塩、みりん
とことん 鰹入りなると	40g×2本	203					魚肉(はも、スケソウダラ、てんさい糖)、天日塩、紅麴色素

宇佐もん工房の一本釣りうるめいわし



鮮度抜群の宇佐の一本釣りうるめいわしを発信するプロジェクトにより、2011年に設立されたうるめいわし専門の『宇佐もん工房』。漁港にほぼ併設する形になっており、水揚げ後は最速のルートで工房へ持ち帰り加工しています。オイルサーディンは、サラダに載せたり、パスタなどに、つみれは汁物などに入れてお召し上がりください。

オイルサーディン	100g	432	② 回 目 掲 載 ③ 回 目 配 送	エクストラバージンオイルをたっぷりを使い贅沢でヘルシー。ローズマリーの香りが爽やかです。原材料：うるめいわし、食用オリーブ油、食塩、ローズマリー、唐辛子
トマトサーディン	100g	432		相性の良い高知県産の完熟フルー Tomato と合わせて煮込んでいます。原材料：うるめいわし、トマト、玉葱、塩麴、にんにく、食用オリーブ油、食塩、タイム、ナツメグ
サラダサーディン	100g	432		塩麴とエクストラバージンオリーブオイルが絡みあい、ヘルシーかつ魚の旨みを十分に引き出しています。原材料：うるめいわし、塩麴、食用オリーブ油、食塩、ローズマリー、唐辛子
一本釣りうるめいわし 100%つみれ団子	8玉	324		そのまま、お鍋やお汁に使用出来る便利な団子タイプです。うるめいわしの味わいが濃く、すり身自体からもダシも出る本格的なこだわりすり身の仕上がりです。原材料：魚肉(うるめいわし100%)、玉葱、葱、鳥皮、片栗粉、食塩、酒、砂糖、胡椒
一本釣りうるめいわし ぶっかけ漬け丼	60g×2	500		解凍し炊き立てご飯にかけるだけで、地元でしか味わえない新鮮な特製たれ漬け丼がいただけます。原材料：うるめいわし、みりん、醤油(大豆、小麦を含む)、かつお節、米
一本釣りうるめいわし のカルパッチョ	50g	280		薄くスライスしたうるめいわしをオリーブオイルと塩につけてあります。サラダなどのトッピングにしてお召し上がりください。原材料：うるめいわし、食用オリーブ油、食塩

アースデイ特集！

4月22日は「地球のことを考えて行動する日」、アースデイ。持続可能な社会を目指して、様々なイベントやアクションが世界各地で行われます。

八坂石けんセール！

石鹸を使って

地球にやさしい生活しませんか？

手作り石鹸は①回目
のみの取り扱いです！

長い時間かけて、釜焚きした無添加の石鹸（原材料：ヤシ油、牛油）に、真珠粉、柿渋、ミカンetc.を配合し、釜炊きした完全手作りの固形石鹸です。（石鹸分93％）。時間をかける事で、石鹸の良さである泡立ちと、しっとり感を引き出します。弱アルカリ性でお肌に優しい。

品 名		容量	会員価格	備 考
手 作 り 石 鹸 (固 形)	アロエ	1個 (60g)	411	アロエを石けんの中に配合しました。
	お茶炭		411	西予市で育った無農薬の緑茶と鬼北町の竹炭を石けんの中に配合しました。
	真珠		513	宇和海で育った真珠を微粉末にして2%、石けんに配合してます。
	柿渋		513	石けんの生地の中に、柿渋を配合しました。
	みかん		513	みかんのエキスを配合していて、石鹸分96%です。
	さくら		513	さくらの蜜が入っています。
	竹酢		513	竹酢液を石けんの中に配合しました。

お皿洗いに。油污れもスッキリ落ちます。

台所用	八坂台所用固型石鹸	280g	206	純石けん分（85%脂肪酸系（陰イオン）脂肪酸塩）、炭酸塩
-----	-----------	------	-----	------------------------------

洗濯用粉石鹸	EM菌入り粉石鹸	プレーン	3kg	917	EMとはいわば有用な微生物を集めたエキス。下水に流れることで、川や海の浄化に役立ちます。洗浄力抜群。純石鹸成分70%
		レモン香料入り	2kg	673	洗浄力抜群の粉石鹸に、さわやかな香りのレモン香料を加えています。純石鹸成分70%
		竹酢入り	1kg	345	竹酢を配合しました。乾いてからの石鹸特有の香りがとても少ない。純石鹸成分70%

全自動洗濯機用に粒子を細かく、溶けやすく仕上げています。

粉石鹸	EM菌入り粉石鹸	漂白剤入り	1kg	345	漂白剤入りで、洗濯槽が汚れにくい。純石鹸成分60%
		アルカリ剤入り	1kg	345	重曹を配合し、石けん分を減らしたことが特徴。洗いがりが従来のものより柔らかく、石鹸カスや黒カビが出にくい。純石鹸成分30%

液体なので石鹸カスや黒カビが発生しにくい。

液体石鹸	EM菌入り（リサイクル油）	4L	1,889	液体なので石鹸カスや黒カビが発生しにくい。
	EM菌入り（バージンオイル）	4L	2,024	

石鹸洗濯の強い味方、溶け残りも防げます！

ネットは洗濯ものと一緒に洗濯槽に入れて回すだけなので、タイマー予約洗濯もOK！

粉石鹸ネット	1個	324	製造：シャボン玉石けん。ファスナーを開いて、粉石鹸を入れ、洗濯物と一緒に洗濯機に入れてお洗濯。衣類に溶け残りの石けんが付着するのを防ぎます。無蛍光素材を使用。水に浮くタイプです。全自動・ドラム式・二槽式の洗濯機にご使用いただけます。
--------	----	-----	--

～高知県で作っています～固定ファン多し。使ってみてね

こちらら固定ファン多しの微生物を利用した洗浄剤。～台所、洗濯、トイレ、お風呂、ペットや植物に使ってみてね。※ 原材料にアレルギーのある方は使用しないでください。

ミラクルやまちゃん	2L	464	なのはな。砂糖、ヨーグルト、ドライイースト、納豆、水	①③回目配送
-----------	----	-----	----------------------------	--------

自然素材の防虫剤



大切な衣類は化学合成された防虫剤は使わず、自然素材の防虫剤を使いませんか？ハーブや木の成分の防虫効果があるものの特集しました。

品名	容量	会員価格	①	②	③	④	備考
月桃アルピニアシャワー	100ml	1,168	④回目 掲載 5月② 回目配 送				日本月桃。月桃のエキスを精製水、エタノールを希釈したスプレータイプの防虫剤です。トイレの後、車内の消臭、生ゴミや、ベットの悪臭対策に効果を発揮します。
月桃アルピニアカット	1個	1,752					日本月桃。ゲル剤に月桃エキスを配合した防虫・防菌剤で、さらに防カビ・消臭の効果も発揮します。爽やかに香る天然の防虫成分が悪臭を瞬時に除去します。
月桃アルピニアペレット	4g×12	1,752					日本月桃。樹脂に月桃エキスを浸透させた小袋タイプの防虫剤。押入れや衣装ダンス、クローゼット、下駄箱などにご使用いただけます。自然の効能を活かしたさわやかな香りの虫除け剤。
くすの木しょうのう	10g×8	1,479					りんねしゃ。くすのき（中国産）。楠木から抽出される天然樟脳成分だけでつくられた安全性の高い衣類の防虫剤、樟脳（しょうのう）です。フィルムを開封して小袋を衣類の上に置いて下さい。
虫さんバイバイシート	1枚（1m×2m）	1,482					生活アートクラブ。必要な大きさにカットして使える防虫シート。 原材料：青森ヒバ精油、植物精油（コパイバ精油、ペチパー精油）、植物由来界面活性剤、精製水、シリカ、植物安定剤、不織布

森の香り

植物成分から作られた衣類用防虫剤。衣類のにおいを中和し、さわやかな森の香りで包みます。クローゼット用は引っかけて使用できるようになっています。



植物成分防虫剤（森の香り）クローゼット用	2本入り	689					オーサワジャパン。フィトン α （植物抽出成分）、珪酸カルシウム。 有効期間：使用開始後約3～4カ月
植物成分防虫剤（森の香り）クローゼット用	6本入り	1,968					
植物成分防虫剤（森の香り）タンス用 4包入り	4包入り	492					
植物成分防虫剤（森の香り）タンス用 25包入り	25包入り	2,952					

密閉袋に脱酸素剤、乾燥剤を入れて防虫

虫バイバイ

虫バイバイの使い方

- ①保存したいものを汚れをよくとり、乾燥させて「虫バイバイ」の袋に入れます。
- ②脱酸素剤と乾燥剤を虫バイバイの袋に入れます。
- ③ファスナーを閉じて完了です。入れた状態で、クローゼットやタンスなどに保管してください。
脱酸素剤で、酸素量が減り、2割ほど袋がしぼみます。

スタンダード S	3P	2,750	④回目 掲載 5月②回 目配送	㈱食品と暮らしの安全。3枚（袋サイズ30cm×40cm）、脱酸素剤3個、乾燥剤3個
スタンダード M	3P	3,182		㈱食品と暮らしの安全。3枚（袋サイズ45cm×60cm）、脱酸素剤3個、乾燥剤3個
スタンダード L	2P	3,830		㈱食品と暮らしの安全。2枚（袋サイズ90cm×40cm）、脱酸素剤4個、乾燥剤2個
ハンガータイプ	3P	10,072		㈱食品と暮らしの安全。つり金具付袋3枚（60cm×110cm）、脱酸素剤9個、乾燥剤3個、ハンガー3本
ハンガータイプロング	2P	8,852		㈱食品と暮らしの安全。つり金具付袋2枚（60cm×150cm）、脱酸素剤8個、乾燥剤2個、ハンガー2本
エージレス（脱酸素剤）10個セット	10個	3,060		㈱食品と暮らしの安全。 追加用脱酸素剤や乾燥剤
乾燥剤10個セット	10個	2,900		

注文書と一緒にお届け
するチラシをご
覧ください！

4月特別企画品



翌々週配送

ご注文は注文書P6へ！

①回目注文書掲載 ②回目配送

《ヘルシーメイト 本コミ企画》

①あすなろ書房 子どもたちに贈りたい知識の絵本

②KENT歯ブラシ

会員価格：カタログ価格（税込）

※サレドスーパーソニックは、製造の関係上お届けが4月下旬になる可能性があります。
また次回取り扱い時より値上げとなります。

②回目注文書掲載 ③回目配送

○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○

アロマバス、精油製品《HYPER PLANTS》

会員価格：カタログ価格（税込）の2%引き

③回目注文書掲載 ④回目配送

○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○

《ゼンケン》空気清浄機 エアフォレスト

会員価格

エアフォレスト5層タイプ、6層タイプ、交換フィルター：チラシ価格（税込）の25%引き

ミニエアクリーナー：チラシ価格（税込）の約23%引き 9,900円

○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○ ＊ ○ ○ ○

④回目注文書掲載 5月②回目配送

《ライブコットン》春のおススメ品

会員価格：チラシ価格（税込）の2%引き

特別企画品についてのご注意

会員さんの都合で返品交換をご希望の場合は、メーカーへの送料等をご負担いただきますので、予めご了承ください。また、ご購入品が到着時点で、汚れ、傷、破損などがありましたら、到着後7日以内にご連絡いただきますようお願いいたします。



保存版カタログ情報



メーカー終了	飲むヨーグルトぶどう・りんご（木次乳業）・玄米ボンせんハーブソルト味、黒こしょう味、スパイシーカレー味（アリモト）
メーカー休止	黒豆きなこ（オーサワ）

※取扱い終了品は、仕入れ単位が大きい、仕入れ日数に時間がかかるなど仕入れの都合、また共同購入品ラインナップ見直し等により土曜日の共同購入品から外したものです。一定の条件を満たせば取り寄せることもできますので、ご相談ください。